



4月献立表



2018年04月

宜野湾市 保育課

日付	献立名	おやつ	材料名 (○はおやつ材料)		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
2月	カレーライス キャベツごま和え 大根スープ	保育乳 チーズ蒸しケーキ 黄桃	保育乳、豚肉、○チーズ、○卵、○牛乳	米、○油、じゃがいも、○ホットケーキ粉、すりごま	たまねぎ、にんじん、だいこん、キャベツ、かぼちゃ、○もも缶、ねぎ、カットわかめ
3火	ごはん マーボー豆腐 ナムル 春雨スープ	保育乳 いちごジャムパン バナナ	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、○ロールパン、みそ	米、はるさめ、油、砂糖、ごま油	長ねぎ、にんじん、チンゲンサイ、きゅうり、たけのこ(ゆで)、コーン缶、切り干しだいこん、干しいたけ、にんにく、○いちごジャム、○バナナ
4水	あわごはん 鶏のバイン煮 豚肉野菜炒め 大根みそ汁	保育乳 大学いも りんご	保育乳、鶏手羽肉、豚肉、みそ	○さつまいも、米、○砂糖、油、あわ、○油、砂糖、○黒ごま	○りんご、だいこん、キャベツ、バイン缶、にんじん、たまねぎ、こまつな、しめじ、ピーマン
5木	ごはん 肉じゃが 白和え わかめみそ汁	保育乳 チョコスコーン オレンジ	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○卵、○プレーンヨーグルト、みそ	米、じゃがいも、○三温糖、○強力粉、○無塩バター、白ごま	○オレンジ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ねぎ、ひじき、カットわかめ
6金	スパゲティミートソース ごま和え キャベツスープ	保育乳 わかめおにぎり プリン	保育乳、豚ひき肉、油揚げ	○米、スパゲティ、白ごま、砂糖	たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、こまつな、えのきたけ、グリーンピース、○わかめふりかけ
7土	そばろどんぶり オレンジ		豚ひき肉	米、油	オレンジ、こまつな、にんじん、コーン缶、しょうが
9月	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ 大根スープ	保育乳 羊かりんとう りんご	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、豚肉	○さつまいも、米、○黒砂糖、押麦、砂糖、○油、油、○白ごま、片栗粉	○りんご、だいこん、にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ
10火	ごはん 魚ケチャップあん キャベツごま和え さつま芋みそ汁	保育乳 黒糖ちんすこう 黄桃	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ	米、○小麦粉、さつまいも、○ラード、○三温糖、○黒砂糖、油、片栗粉、すりごま	○もも缶、キャベツ、にんじん、だいこん、こまつな、長ねぎ
11水	あわごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 わかめスープ	保育乳 ホットケーキ バナナ	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○牛乳	じゃがいも、○ホットケーキ粉、○バター、米、あわ、油、砂糖、片栗粉	にんじん、えのきたけ、チンゲンサイ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ、○バナナ、黒きくらげ、カットわかめ
12木	ごはん チキン豆乳シチュー ブロccoli炒め オレンジ	保育乳 ポテトサンド	保育乳、豆乳、鶏もも肉、○ツナ油漬缶	米、○ロールパン、じゃがいも、○じゃがいも、小麦粉、○マヨネーズ、バター、油、すりごま	オレンジ、プロッコリー、たまねぎ、にんじん、こまつな、しめじ、○きゅうり、○コーン缶
13金	肉わかめうどん 魚から揚げ ごま和え	保育乳 青菜おにぎり バイン	保育乳、豚肉、白身魚(キング)	ゆでうどん、○米、片栗粉、油、すりごま、○白ごま	こまつな、キャベツ、にんじん、○だいこん(葉)、ねぎ、カットわかめ、あおのり、○バイン缶
14土	入園式(紅白かるかん)	ヤクルト	ヤクルト		
16月	ごはん 肉とうふ煮 ナムル じゃが芋すまし汁	保育乳 チヂミ りんご	保育乳、沖縄豆腐、豚肉、○調製豆乳、○ツナ油漬缶、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、しらたき、○小麦粉、○上新粉、砂糖、ごま油、油、○三温糖、○ごま油	○りんご、長ねぎ、チンゲンサイ、にんじん、生しいたけ、○にんじん、○コーン缶、きゅうり、○にら、切り干しだいこん、ひじき、カットわかめ
17火	あわごはん 鮭のコーン焼き 春雨チャンプルー 大根すまし汁	保育乳 ごまスコーン バナナ	保育乳、さけ、○プレーンヨーグルト、豚肉、○卵	米、○強力粉、○無塩バター、○三温糖、はるさめ、マヨネーズ、あわ、油、○白ごま	○バナナ、だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、クリームコーン缶、ねぎ、カットわかめ
18水	ごはん 鶏肉マーマレード煮 ブリッコリーヒジキ炒め ジャガイもみそ汁	保育乳 ショートブレッド オレンジ	保育乳、鶏手羽肉、豚肉、油揚げ、みそ、○牛乳	米、じゃがいも、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖、油	○オレンジ、プロッコリー、にんじん、たまねぎ、しめじ、マーマレード、ひじき
19木	あわごはん 酢豚 春雨サラダ 豆腐スープ	保育乳 ココア蒸しケーキ 黄桃	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○牛乳、○卵	米、○ホットケーキ粉、○油、はるさめ、あわ、○三温糖、砂糖、油、片栗粉、ごま油	○もも缶、たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、バイン缶、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ
20金	ごはん 豚と野菜シウワ焼き ポテトフライ 豆腐スープ	保育乳 ピザトースト オレンジゼリー	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○ピザ用チーズ、○ハム	じゃがいも、○食パン、米、油、三温糖、片栗粉	こまつな、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、長ねぎ、切り干しだいこん、しょうが、○たまねぎ、○コーン缶、○ピーマン、カットわかめ
21土	みそ煮込みうどん オレンジ		豚肉、みそ	ゆでうどん	オレンジ、キャベツ、にんじん、長ねぎ、干しいたけ
23月	麦ごはん 高野豆腐含め煮 キャベツのおかか炒め 大根みそ汁	保育乳 芋てんぷら りんご	保育乳、豚肉、高野豆腐、豚ひき肉、みそ、ちくわ、卵	○さつまいも、米、○小麦粉、○油、押麦、片栗粉、砂糖、油	○りんご、キャベツ、だいこん、にんじん、ピーマン、ねぎ
24火	ごはん 魚のみそ焼き クープイリチー 青菜すまし汁	保育乳 ストーンクッキー バナナ	保育乳、白身魚(キング)、○卵、○牛乳、三枚肉、みそ	○砂糖、○小麦粉、○無塩バター、○米、じゃがいも、こんにゃく、砂糖、油、白ごま、ごま油、○コーンフレーク	○レーズン、○バナナにんじん、こまつな、しめじ、刻みごんぶ、切り干しだいこん
25水	キャロットライス 鶏肉唐揚げ パセリポテト キャベツサラダ トマトスープ	保育乳 マーマレードケーキ イチゴ	保育乳、鶏もも肉、○卵、○牛乳、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖、○生クリーム、片栗粉、油、○砂糖	キャベツ、にんじん、たまねぎ、トマト、コーン缶、きゅうり、生しいたけ、○マーマレード、ねぎ、しょうが、○イチゴ
26木	お弁当会	保育乳 黄桃のタルト	保育乳、○卵	○小麦粉、○無塩バター、○グラニュー糖、○強力粉	○もも缶
27金	中華どんぶり ナムル オレンジ	保育乳 パンプキンスープ クラッカー	保育乳、○調製豆乳、豚肉、白身魚(キング)、ツナ油漬缶	米、○生クリーム、砂糖、ごま油、片栗粉、油	オレンジ、○かぼちゃ、○たまねぎ、にんじん、こまつな、ヤングコーン、赤ピーマン、きゅうり、切り干しだいこん、黒きくらげ、しょうが
28土	スパゲティマトソース バナナ		豚肉	スパゲティ、砂糖	バナナ、トマト水煮缶(カット)、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ピーマン
30月	振替休日				

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります